



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «1» июня 2023 г.

1 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
	Мучное кондитерское изделие	1\45	3,15	8,9	18,85	171,0
2	Макаронны отварные с сыром	1\170	8,4	9,95	21,35	209
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	3,05	3,00	28,00	152,00
4	Хлеб пшеничный	2/30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Огурец порционный	1\60	0,49	0,18	1,68	9
2	Суп картофельный гороховый	1/200	9,9	4,48	17,84	149,96
3	Филе куриное в сметанном соусе	175	10,15	9,00	2,60	133,00
4	Картофельное пюре	1/150	3,1	5,15	21,9	150,76
5	Компот из сухофруктов	1/200	0,6	0	31,4	124,0
6	Батон пшеничный	2/30	4,5	1,74	30,54	158,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2/30	4,86	2,04	25,32	133,2
ПОЛДНИК						
1	Мучное кондит изделие	1\45	3,15	8,90	18,85	171,00
2	Фрукты свежие сезонные	1\100	0,80	0,40	7,50	41,00
3	Сок фруктовый	1\200	0	0	23	92
	Итого		56,7	55,48	302,86	185,27



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «2» июня 2023 г.

2 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Каша овсяная вязкая с маслом	1150	4,50	8,40	19,80	178,50
2	Бутерброд с сыром твердым	1\20\30	7,0	10,1	13,53	171,7
3	Чай с сахаром и лимоном	1\200\15\7	0,3	0	15	59
4	Хлеб пшеничный	2/30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Помидор порционный	1\60	0,73	0,17	3,30	15,10
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	1\200	6,5	4,92	16,4	136
3	Печень по Строгановски	1\75	10,2	10,2	2,93	146
4	Греча рассыпчатая	1\150	8,89	6,49	39,83	231,85
5	Компот из свежих фруктов	1\200	0,1	0	24,3	96,7
6	Хлеб пшеничный	2/30	4,50	1,74	30,54	158,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2/30	4,86	2,04	25,32	133,2
ПОЛДНИК						
1	Изделие кондитерское (конфета)	1\40	2,60	9,00	17,10	154,50
2	Сок фруктовый	1\200	0,00	0,00	27,00	110,0
3	Фрукты свежие сезонные	1\170	2,55	0,34	37,60	161,50
	Итого		57,23	55,33	299,86	1906,2



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «5» июня 2023 г.

3 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Оладьи со сгущенным молоком	1\170	15	20,05	3	252
2	Какао с молоком	1\200	4,90	5,00	32,50	190
3	Хлеб пшеничный	2\30	4,5	1,74	30,54	158,4
ОБЕД						
1	Салат из свежей капусты	1\60	1,18	5,06	8,90	85,70
2	Борщ с капустой и картофелем	1\200	4,90	5,10	10,30	105,00
3	Котлета рубленая с соусом	1\75	11,40	10,20	10,12	177,90
4	Рис отварной	1\150	2,57	4,47	25,7	152
5	Кисель	1\200	0	0	19	78
6	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,20
ПОЛДНИК						
1	Йогурт питьевой	1\200	5,6	3	25,6	152
2	Кондитерское изделие вафля мягк	1\40	2	6	24	160
	Итого		61,41	64,4	245,52	1802,6



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «б» июня 2023 г.

4 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Каша пшенная с маслом	1/150	4,40	6,90	17,95	150,10
2	Кофейный напиток молоком	1/200	3,05	3,00	28,00	152,00
3	Хлеб пшеничный	2/30	4,50	1,74	30,54	158,40
4	Бутерброд с сыром твердым	1/20/30	7,07	10,1	13,53	171,7
ОБЕД						
1	Огурец порционный	1/60	0,48	0,18	1,68	9
2	Суп картофельный с рыбой	1/200	4,50	4,90	14,30	121,0
3	Жаркое по домашнему	1\150	11,61	11,12	18,92	222,32
4	Компот из сухофруктов	1\200	0,6	0	31,4	124
6	Хлеб пшеничный	2/30	4,50	1,74	30,54	1588,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2/30	4,86	2,04	25,3	133,20
ПОЛДНИК						
1	Мороженое сливочное	1\70	2,99	8,26	14,28	143,40
2	Фрукты свежие сезонные	1\150	0,60	0,60	14,70	70,50
3	Сок фруктовый	1\200	0,00	0,00	17,00	66,00
	Итого		49,16	50,58	258,16	1680



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «7» июня 2023 г.

5 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Запеканка из творога с джемом	1\150	21,00	16,10	22,10	317,00
2	Чай с сахаром и лимоном	1\200/15/7	0,3	0	15	59
3	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	1\60	0,9	4,2	1,98	47,4
2	Суп картофельный с вермишелью	1\200	5,70	3,70	16,80	123,60
3	Рыбная котлета	1\75	10,03	3,28	7,03	97,78
4	Картофель отварной	1\150	3,00	0,60	23,70	112,20
5	Компот из свежих фруктов	1\200	0	0	28	109
6	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,20
ПОЛДНИК						
1	Пирожное	1\30	2,50	6,30	10,90	110,00
2	Фрукты свежие сезонные	1\170	0,68	0,51	18,53	71,40
3	Сок фруктовый	1\200	0	0	27,0	106,0
Итого			57,91	40,21	257,44	1603,38



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «8» июня 2023 г.

6 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Макароны отварные с сыром	1\150	3,75	3	25,2	143
2	Мучное кондитерское изделие	1\45	3,15	8,9	1885	171
03	Какао с молоком	1\200	4,90	5,00	32,50	190,0
4	Хлеб пшеничный	2\30	4,5	1,74	30,54	158,4
ОБЕД						
1	Огурец порционный	1\60	0,48	0,18	1,68	9
2	Щи из свежей капусты со сметаной	1\200	4,9	4	8	87,6
3	Котлета мясная с соусом	1\80\20	6,91	15,46	9,15	205,00
4	Греча рассыпчатая	1\150	8,9	6,49	39,83	231,85
5	Компот из с\фруктов	1\200	0	0	22	93
6	Хлеб пшеничный	2\30	4,5	1,74	30,54	158,4
7	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,74	0,6	28,8	140
ПОЛДНИК						
1	Йогурт питьевой	1\200	5,6	3	25,6	152
2	Кондитерское изделие вафля мягкая	1\40	2	6	24	160
	Итого		56	64,5	289,33	1958,1



«Утверждаю»
И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «9» июня 2023 г.

7 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Каша пшеничная молочная с маслом и сахаром	1\150	5,88	6,03	21,02	170,63
2	Бутерброд со сливочным маслом и повидлом	1\55	2,4	3,87	27,83	156,0
3	Кофейный напиток с молоком	1\200	3,05	3,00	28,00	152,00
4	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Помидор порционный	1\60	0,73	0,17	3,30	15,10
2	Суп овощной со сметаной	1\200	5,40	6,48	10,16	120,56
3	Плов с курой	1\150	16,63	18,17	30,20	348,00
4	Компот из свежих фруктов	1\200	0,44	0,10	24,30	101,60
5	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
6	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,74	0,6	28,8	140
ПОЛДНИК						
1	Ирис тираженный	1\40	0,8	3,40	23,60	128,00
2	Сок фруктовый	1,200	0,0	0,0	27,00	110,00
3	Сырок творожный	1,40	12,80	7,50	19,00	194,70
4	Фрукты свежие сезонные	1,150	0,60	0,60	14,70	70,50
	Итого		67,19	59,26	297,88	2003,7



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «13» июня 2023 г.

8 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Суп молочный с макаронными изделиями	1\150	10,2	9,2	0,6	126
2	Бутерброд с сыром твердым	1\20\30	6\71	10,1	13,53	171,7
3	Чай с сахаром и лимоном	1\200\15	0	0	15	59
4	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Салат из свежей капусты	1\60	1,18	5,06	8,90	85,70
2	Куп картофельный с куриными фрикадельками	1\200	4,2	4,92	16,4	126
3	Рыба запеченная с картофелем	1\230	15,6	13,1	19,6	258,4
4	Компот из с\фруктов	1\200	0	0	22	93
5	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,20
6	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ПОЛДНИК						
1	Сок фруктовый	1\200	0	0	23	92
2	Мучное кондитерское изделие	1\45	3,65	8,90	20,50	176,00
3	Фрукты свежие сезонные	1\100	1,1	0,4	13,9	60
	Итого		56,54	57,2	239,83	1697,8



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «14» июня 2023 г.

9 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Каша рисовая молочная с маслом	1\150	4,5	7,0	30,2	201,8
2	Мучное кондитерское изделие	1\45	3,15	8,9	18,85	171,0
3	Какао с молоком	1\200	4,90	5,00	32,50	190,00
4	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Огурец порционный	1\60	1,0	0,0	2,0	12,0
2	Суп картофельный с рыбой	1\200	4,10	4,90	14,30	117,60
3	Печень тушеная в соусе	1\100	13,50	9,20	8,60	171,20
4	Макаронны отварные	1\150	3,75	3	25,2	143
5	Кисель	1\200	0	0	19	78
6	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,20
	Хлеб пшеничный	2\30	4,6	0,6	28,8	141,6
ПОЛДНИК						
1	Мороженое сливочное	1\70	2,99	8,26	14,28	14340
2	Фрукты свежие сезонные	1\170	0,68	0,51	18,53	71,40
3	Сок фруктовый	1\200	0,0	0,0	17,0	66,0
	Итого		56,4	47,9	276,5	1794,6



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «15» июня 2023 г.

10 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Сырники из творога с вареньем	1\150	18,5	15	26	304
2	Кофейный напиток с молоком	1\200	3,05	3,00	28,00	152,00
3	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	1\60	0,9	4,2	1,98	47,4
2	Суп картофельный с рисом	1\200	2359	2,66	13,99	87,04
3	Запеканка картофельная с печенью	1\150	10,59	7,77	20,62	194,9
4	Компот из свежих фруктов	1\200	0,1	0	24,3	96,7
5	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
6	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,2
ПОЛДНИК						
1	Пирожное «Забава»	1\30	2,50	6,30	10,90	110,0
2	Фрукты свежие сезонные	1\170	2,55	0,34	37,60	161,50
3	Сок фруктовый	1\200	0,00	0,00	27,00	106,00
	Итого		54,64	44,79	276,79	1709,5



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «16» июня 2023 г.

1 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
	Мучное кондитерское изделие	1\45	3,15	8,9	18,85	171,0
2	Макароны отварные с сыром	1\170	8,4	9,95	21,35	209
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	3,05	3,00	28,00	152,00
4	Хлеб пшеничный	2/30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Огурец порционный	1\60	0,48	0,18	1,68	9
2	Суп картофельный гороховый	1/200	9,9	4,48	17,84	149,96
3	Филе куриное в сметанном соусе	175	10,15	9,00	2,60	133,00
4	Картофельное пюре	1/150	3,1	5,15	21,9	150,76
5	Компот из сухофруктов	1/200	0,6	0	31,4	124,0
6	Батон пшеничный	2/30	4,5	1,74	30,54	158,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2/30	4,86	2,04	25,32	133,2
ПОЛДНИК						
1	Мучное кондит изделие	1\45	3,1	8,90	18,85	171,00
2	Фрукты свежие сезонные	1\100	0,80	0,40	7,50	41,00
3	Сок фруктовый	1\200	0	0	23	92
	Итого		56,7	55,48	302,86	185,27



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «19» июня 2023 г.

2 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Каша овсяная вязкая с маслом	1150	4,50	8,40	19,80	178,50
2	Бутерброд с сыром твердым	1\20\30	7,0	10,1	13,53	171,7
3	Чай с сахаром и лимоном	1\200\15\7	0,3	0	15	59
4	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Помидор порционный	1\60	0,73	0,17	3,30	15,10
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	1\200	6,5	4,92	16,4	136
3	Печень по Строгановски	1\75	10,2	10,2	2,93	146
4	Греча рассыпчатая	1\150	8,89	6,49	39,83	231,85
5	Компот из свежих фруктов	1\200	0,1	0	24,3	96,7
6	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,2
ПОЛДНИК						
1	Изделие кондитерское (конфета)	1\40	2,60	9,00	17,10	154,50
2	Сок фруктовый	1\200	0,00	0,00	27,00	110,0
3	Фрукты свежие сезонные	1\170	2,55	0,34	37,60	161,50
	Итого		57,23	55,33	299,86	1906,2



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «20» июня 2023 г.

3 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Оладьи со сгущенным молоком	1/170	15	20,05	3	252
2	Какао с молоком	1/200	4,90	5,00	32,50	190
3	Хлеб пшеничный	2/30	4,5	1,74	30,54	158,4
ОБЕД						
1	Салат из свежей капусты	1\60	1,18	5,06	8,90	85,70
2	Борщ с капустой и картофелем	1\200	4,90	5,10	10,30	105,00
3	Котлета рубленая с соусом	1\75	11,40	10,20	10,12	177,90
4	Рис отварной	1\150	2,57	4,47	25,7	152
5	Кисель	1\200	0	0	19	78
6	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,20
ПОЛДНИК						
1	Йогурт питьевой	1\200	5,6	3	25,6	152
2	Кондитерское изделие вафля мягк	1\40	2	6	24	160
	Итого		61,41	64,4	245,52	1802,6



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «21» июня 2023 г.

4 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Каша пшенная с маслом	1/150	4,40	6,90	17,95	150,10
2	Кофейный напиток молоком	1/200	3,05	3,00	28,00	152,00
3	Хлеб пшеничный	2/30	4,50	1,74	30,54	158,40
4	Бутерброд с сыром твердым	1/20/30	7,07	10,1	13,53	171,7
ОБЕД						
1	Огурец порционный	1/60	0,48	0,18	1,68	9
2	Суп картофельный с рыбой	1/200	4,50	4,90	14,30	121,0
3	Жаркое по домашнему	1\150	11,61	11,12	18,92	222,32
4	Компот из сухофруктов	1\200	0,6	0	31,4	124
6	Хлеб пшеничный	2/30	4,50	1,74	30,54	1588,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2/30	4,86	2,04	25,3	133,20
ПОЛДНИК						
1	Мороженое сливочное	1\70	2,99	8,26	14,28	143,40
2	Фрукты свежие сезонные	1\150	0,60	0,60	14,70	70,50
3	Сок фруктовый	1\200	0,00	0,00	17,00	66,00
	Итого		49,16	50,58	258,16	1680



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «22» июня 2023 г.

5 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Запеканка из творога с джемом	1\150	21,00	16,10	22,10	317,00
2	Чай с сахаром и лимоном	1\200/15/7	0,3	0	15	59
3	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	1\60	0,9	4,2	1,98	47,4
2	Суп картофельный с вермишелью	1\200	5,70	3,70	16,80	123,60
3	Рыбная котлета	1\75	10,03	3,28	7,03	97,78
4	Картофель отварной	1\150	3,00	0,60	23,70	112,20
5	Компот из свежих фруктов	1\200	0	0	28	109
6	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
7	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,20
ПОЛДНИК						
1	Пирожное	1\30	2,50	6,30	10,90	110,00
2	Фрукты свежие сезонные	1\170	0,68	0,51	18,53	71,40
3	Сок фруктовый	1\200	0	0	27,0	106,0
	Итого		57,91	40,21	257,44	1603,38



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «23» июня 2023 г.

6 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Макароны отварные с сыром	1\150	3,75	3	25,2	143
2	Мучное кондитерское изделие	1\45	3,15	8,9	1885	171
03	Какао с молоком	1\200	4,90	5,00	32,50	190,0
4	Хлеб пшеничный	2\30	4,5	1,74	30,54	158,4
ОБЕД						
1	Огурец порционный	1\60	0,48	0,18	1,68	9
2	Щи из свежей капусты со сметаной	1\200	4,9	4	8	87,6
3	Котлета мясная с соусом	1\80\20	6,91	15,46	9,15	205,00
4	Греча рассыпчатая	1\150	8,90	6,49	39,83	231,85
5	Компот из с\фруктов	1\200	0	0	22	93
6	Хлеб пшеничный	2\30	4,5	1,74	30,54	158,4
7	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,74	0,6	28,8	140
ПОЛДНИК						
1	Йогурт питьевой	1\200	5,6	3	25,6	152
2	Кондитерское изделие вафля мягкая	1\40	2	6	24	160
	Итого		56	64,5	289,33	1958,1



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «26» июня 2023 г.

7 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Каша пшеничная молочная с маслом и сахаром	1\150	5,88	6,03	21,02	170,63
2	Бутерброд со сливочным маслом и повидлом	1\55	2,4	3,87	27,83	156,0
3	Кофейный напиток с молоком	1\200	3,05	3,00	28,00	152,00
4	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Помидор порционный	1\60	0,73	0,17	3,30	15,10
2	Суп овощной со сметаной	1\200	5,40	6,48	10,16	120,56
3	Плов с курой	1\150	16,63	18,17	30,20	348,00
4	Компот из свежих фруктов	1\200	0,44	0,10	24,30	101,60
5	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
6	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,74	0,6	28,8	140
ПОЛДНИК						
1	Ирис тираженный	1\40	0,8	3,40	23,60	128,00
2	Сок фруктовый	1,200	0,0	0,0	27,00	110,00
3	Сырок творожный	1,40	12,8	7,50	19,00	194,70
4	Фрукты свежие сезонные	1,150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого			67,19	59,26	297,88	2003,7



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «27» июня 2023 г.

8 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Суп молочный с макаронными изделиями	1\150	10,2	9,2	0,6	126
2	Бутерброд с сыром твердым	1\20\30	6\7	10,1	13,53	171,7
3	Чай с сахаром и лимоном	1\200\15	0	0	15	59
4	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Салат из свежей капусты	1\60	1,18	5,06	8,90	85,70
2	Куп картофельный с куриными фрикадельками	1\200	4,2	4,92	16,4	126
3	Рыба запеченная с картофелем	1\230	15,6	13,1	19,6	258,4
4	Компот из с\фруктов	1\200	0	0	22	93
5	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,20
6	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ПОЛДНИК						
1	Сок фруктовый	1\200	0	0	23	92
2	Мучное кондитерское изделие	1\45	3,65	8,90	20,50	176,00
3	Фрукты свежие сезонные	1\100	1,1	0,4	13,9	60
	Итого		56,54	57,2	239,83	1697,8



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «28» июня 2023 г.

9 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Каша рисовая молочная с маслом	1\150	4,5	7,0	30,2	201,8
2	Мучное кондитерское изделие	1\45	3,15	8,9	18,85	171,0
3	Какао с молоком	1\200	4,9	5,00	32,50	190,00
4	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
ОБЕД						
1	Огурец порционный	1\60	1,0	0,0	2,0	12,0
2	Суп картофельный с рыбой	1\200	4,10	4,90	14,30	117,60
3	Печень тушеная в соусе	1\100	13,50	9,20	8,60	171,20
4	Макароны отварные	1\150	3,75	3	25,2	143
5	Кисель	1\200	0	0	19	78
6	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,20
	Хлеб пшеничный	2\30	4,6	0,6	28,8	141,6
ПОЛДНИК						
1	Мороженое сливочное	1\70	2,99	8,26	14,28	14340
2	Фрукты свежие сезонные	1\170	0,68	0,51	18,53	71,40
3	Сок фруктовый	1\200	0,0	0,0	17,0	66,0
	Итого		56,4	47,9	276,5	1794,6



«Утверждаю»

И.И. Тимошик

12- 18 лет

Меню «29» июня 2023 г.

10 день

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Содержание на 1 порцию			Ккал на одну порцию
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Сырники из творога с вареньем	1\150	18,5	15	26	304
2	Кофейный напиток с молоком	1\200	3,05	3,00	28,00	152,00
3	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	1\60	0,9	4,2	1,98	47,4
2	Суп картофельный с рисом	1\200	2359	2,66	13,99	87,04
3	Запеканка картофельная с печенью	1\150	10,59	7,77	20,62	194,9
4	Компот из свежих фруктов	1\200	0,1	0	24,3	96,7
5	Хлеб пшеничный	2\30	4,50	1,74	30,54	158,40
6	Хлеб ржано- пшеничный	2\30	4,86	2,04	25,32	133,2
ПОЛДНИК						
1	Пирожное «Забава»	1\30	2,50	6,30	10,90	110,0
2	Фрукты свежие сезонные	1\170	2,55	0,34	37,60	161,50
3	Сок фруктовый	1\200	0,00	0,00	27,00	106,00
	Итого		54,64	44,79	276,79	1709,5